

状況により、施設が休館したり、事業などが変更・延期、または中止になる場合があります。最新情報は市公式サイト・各施設のウェブサイトで確認してください。

## 接種

羽村市の  
スケジュール

### その3

# 準備を進めています 新型コロナウイルスのワクチン接種



問合せ 健康課新型コロナウイルスワクチン接種対策担当 ☎627

4月中旬  
65歳以上の方へ接種券  
を発送  
予約受付開始

5月以降  
接種開始

6月以降  
64歳以下の方へ接種券  
を発送  
※現時点での予定です。ワクチンの  
供給状況によって変更となる場合  
があります。

- **スポーツセンター第2ホール**  
貸出しできない期間を  
**延長します**
- **期間** 令和4年3月31日(休)まで
- **理由** ワクチンの供給が予定より  
遅れていることに伴い、当初計画  
していた集団接種のスケジュール  
も遅れることが想定されるため  
ご理解・ご協力をお願いします。
- **施設貸出しについての問合せ**  
スポーツセンター ☎555-0033

## 新型コロナウイルスについて知っていただきたいこと

首相官邸・厚生労働省「新型コロナウイルスについて皆さまに知ってほしいこと」から(令和3年2月19日時点)

**新型コロナウイルスは、発症を防ぐ効果が認められています**

今回使用する新型コロナウイルスは、2回の接種によって、95%の有効性で、発熱やせきなどの症状が出ること(発症)を防ぐ効果が認められています(インフルエンザワクチンの有効性は約40~60%)。

**新型コロナウイルスは、あなた自身のためだけでなく、医療機関の負担を減らす重要な手段にもなります**

新型コロナウイルスは、まだまだ未知のことがあります。このウイルスの感染により、令和3年1月末までに6千人以上の方が亡くなり、3万人以上の方が入院しています。特效薬も開発中の段階です。

こうした中で、多くの方に接種を受けていただくことにより、重症者や死亡者を減らし、医療機関の負担を減らすことが期待されます。

**どんなワクチンでも副反応が起こることがあります**

一般的にワクチン接種後には、ワクチンが免疫をつけるための反応を起こすため、接種部位の痛み、発熱、頭痛などの「副反応」が起こることがあります。治療を要したり、障害が残るほどの副反応は、極めて稀ではあるものの、ゼロではありません(予防接種による健康被害は救済制度の対象です)。

今回使用するワクチンの国内治験では、ワクチンを2回接種後に、接種部位の痛みは約80%、疲労・倦怠感は約60%、37.5度以上の発熱が約33%の方に認められています。

ワクチンに含まれる成分に対する急性のアレルギー反応であるアナフィラキシーの発生頻度は、米国では100万人に5人程度と報告されています。日本での接種では、ワクチン接種後15~30分経過を見ます。万が一アナフィラキシーが起きても医療従事者が必要な対応を行います。

## 新型コロナウイルス感染症に負けない!

### 健康管理術

#### 今より+10で動きまわろう!

体を動かすことを習慣にすることで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、ロコモティブシンドローム、うつ、認知症などのリスクを減らすことができます。今より10分多く体を動かしましょう。

#### ① 氣をひく

階段の利用や、近所に散歩コースやサイクリングに適した自転車レーンはありませんか。体を動かす機会や環境は、身の周りにたくさんあります。

#### ② 始める

今より少しでも長く、体を動かしましょう。今できる+10から始めましょう。

(例) 歩幅を広くして早く歩いて+10 / ながらストレッチで+10 / 歩いたり自転車移動で+10

③ +10で目標達成!  
18~64歳の方は1日60分、元気に体を動かしましょう。65歳以上

#### ④ つながる

家族や仲間と取り組んだ運動内容を伝え合うことで、継続した運動習慣へと楽しくつなげていきましょう。

#### 安全のために

慣れていない方は、体を動かす時間を少しずつ増やしましょう。体調不良の時は無理をしない、水分補給をする、持病や痛みのある場合は医師に相談するなど、安全に配慮してください。

【参考】厚生労働省「アクティブガイド―健康づくりのために身体活動指針―」

※保健センターでは、保健師・管理栄養士による体調や食事、こころの相談に応じています。気軽に相談してください。

## 新型コロナウイルスの承認後も継続的に安全性を確認します

アナフィラキシーや医師が予防接種との関連を疑う重篤な症状が発生した場合は、法に基づき報告を受け、専門家が評価します。こうした報告の中には、ワクチン接種後の持病悪化・死亡のように、ワクチンとの因果関係が直ちに評価できない事例も含まれますが、幅広く収集し、評価を行うこととしています。加えて、1~2万人の先行接種者を含め、延べ約300万人にワクチン接種後の症状などの調査を予定しています。

## ワクチンについて正しく知った上で、判断しまわろう

新型コロナウイルスを承認し、接種をお勧めするにあたって、国内外の数万のデータから、発症予防効果などワクチン接種のメリットが、副反応などのデメリットより大きいことを確認しています。

※新型コロナウイルス接種については、広報はむら3月15日号にも掲載していますので、「ご覧ください」。

## ワクチン接種に関する問合せ

▶ **羽村市のワクチン接種に関すること**  
…羽村市コロナワクチンコールセンター  
☎ 0570-030207  
受付 午前9時~午後5時(土・日曜日、祝日を除く)  
※予約を開始するまでは相談専用です。  
※聴覚に障害があるなど電話での相談が難しい方は FAX 554-4767 を利用してください。

▶ **ワクチンの効果や副反応など、ワクチン全般に関すること**  
…厚生労働省コールセンター  
☎ 0120-761770  
受付 午前9時~午後9時(土・日曜日、祝日を含む)

▶ **羽村市のワクチン接種に関する最新情報(市公式サイト)**  
http://www.city.hamura.tokyo.jp/0000014617.html

▶ **政府が開設した「新型コロナウイルス特設サイト」**  
https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/vaccine.html



▲市公式サイト



▲首相官邸特設サイト「新型コロナウイルスについて」

特に記載がない場合の受付時間は、土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前8時30分~午後5時です。申込みの記載がない場合は直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。